

Вплив механізмів психологічного захисту на міжособистісну взаємодію підлітків

У статті розглядається проблема соціалізації підлітка в сучасних умовах, досліджуються особливості механізмів психологічного захисту та їхні функції. Аналізуються зарубіжні і вітчизняні сучасні підходи до розуміння природи механізмів психологічного захисту. Досліджується специфіка впливу МПЗ на особистість в процесі міжособистісної взаємодії.

Ключові слова: механізми психологічного захисту (МПЗ), підліток, спілкування, індивідуалізація спілкування, соціалізація, міжособистісна взаємодія.

В статье рассматривается проблема социализации подростка в современных условиях, исследуются особенности механизмов психологической защиты и их функции. Анализируются зарубежные и отечественные современные подходы к пониманию природы механизмов психологической защиты. Исследуется специфика влияния МПЗ на личность в процессе межличностного взаимодействия.

Ключевые слова: механизмы психологической защиты (МПЗ), подросток, общение, индивидуализация, социализация, межличностное общение.

Постановка проблеми. Відповідно до своєї соціально-психологічної феноменології людина існує в двох, властивих їй, іпостасях: як соціальна одиниця і як унікальна особистість. Людина як особистість формується через свої відносини з іншими людьми. Вона пізнає себе як індивіда через інших, собі подібних, саме тому, що інші, як і вона, є носієм суспільних відносин. Людина все життя формується в певних когерентних групах: в сім'ї, в класі, в нації. Її тіло схильне дії болю та напруги, Его-дії тривоги, а як член суспільства людина чутлива до страху, що надходить від групи. Тут йдеться про три процеси: соматичний, его-процес та соціальний. Часто у підлітків виникають труднощі при спілкуванні, зумовлені віковими змінами та різноманітністю поведінкових форм у міжособистісній взаємодії. При виникненні напружених, травмуючих переживань, коли виникає необхідність опанувати емоційну напругу, людина застосовує не тільки свідому, але й несвідому діяльність своєї психіки. Для усунення емоційного дискомфорту використовуються несвідомі механізми психологічного захисту. Вони допомагають стабілізувати внутрішній стан людини.

В сучасних дослідженнях робляться спроби розгляду різних аспектів названого феномена: рівнів психологічного захисту, інтенсивності функціонування захисних механізмів і зв'язку їх з особистісними особливостями, ступені зрілості і примітивності окремих видів захисту, активності і пасивності механізмів, хронології розвитку системи психологічного захисту в онтогенезі. Разом з тим аналіз структурних і динамічних особливостей психологічного захисту, його ролі в процесі розвитку особистості представлений досить обмеженою кількістю робіт.

Аналіз останніх досліджень і публікацій

Класичні зарубіжні концепції (П. Блосс, К. Левін, М. Мід, З. Фройд, Г. Фройд, С. Холл) вважають необхідною умовою розвитку особистості підліткову кризу та її негативний характер. Сучасні зарубіжні та вітчизняні дослідження в межах когнітивно-біхевіоральної психології розглядають підліткову кризу як небажаний, патологічний процес в межах перехідного періоду розвитку. Прихильники цієї точки зору причиною кризи вважають несприятливі ситуації, такі як, ригідна соціальна ситуація, депривація нових потреб (Л. Божович, В. Давидов, Д. Ельконін, В. Зінченко, О. Міронов). Такі дослідники, як Е. Еріксон та Л.С.Виготський визначають підліткову кризу як закономірний та нормативний етап в розвитку індивіда.

В контексті пристосування особистості до умов реальності, науковці, психологи та лікарі все частіше звертають увагу на неусвідомлені механізми психіки, що допомагають людині перебороти травматичний досвід переживань, а саме, на механізми психологічного захисту. Система психологічних захистів – одне з центральних утворень психіки, що тривалий час розглядався вченими (А. Адлер, Ф. Бассін, Р. Урсано, Г. Фройд, З. Фройд) як позитивне явище, що захищає від емоційної напруги.

Деякі дослідники “психологічний захист” розуміють як фільтр свідомості (наприклад, у працях Т. С. Яценко). В цьому разі “витіснення” зі сфери свідомого в сферу несвідомого дозволяє заповнити “порожнечі”, що виникли між змістами, що суперечать уявленню особистості про себе. Як відзначає український психолог Т. С. Яценко, основна функція психологічного захисту полягає в недопущенні людиною до власної свідомості розуміння наявності в неї негативних рис характеру. З точки зору американського психолога Т.Шибутані, захищається врешті-решт не біологічний організм, а особистість, яка охороняє себе від усвідомлення неприємних для власної гідності фактів [7].

Психологічний захист іноді негативно впливає на самоорієнтацію людини, оскільки викривляє інформацію стосовно

власної поведінки, намірів, віддалених та близьких наслідків такої поведінки. В цьому разі психологічний захист не виправдано ускладнює процес порівняння та співставлення власної самооцінки та оцінки партнерів по спілкуванню.

В межах “міжособистісного” підходу було сформульовано ряд положень про психологічний захист як специфічне явище міжсуб’єктної взаємодії. В контексті цього О.В.Петровський відмічає значення внутрішніх оцінок, переконань та ідеалів особистості; Ю.О. Шерковін говорить про “бар’єри” у вигляді соціальних установок, звичок та ін.; О.Л. Доценко відмічає вплив семантичних та змістових бар’єрів. Отже, психологічний захист із внутрішньоособистісного явища трансформувався в феномен міжособистісної та міжгрупової взаємодії.

Мета даного дослідження – проаналізувати проблему впливу механізмів психологічного захисту підлітків на міжособистісну взаємодію – є актуальною як для психологів, соціальних працівників так і для педагогів. Адже цей кризовий період є важливим етапом соціально-психологічної адаптації підлітка до нових умов на фоні фізіологічних та психологічних змін.

Виклад основного матеріалу дослідження

Основні функції захисту – зменшення тривоги (адаптаційна), викривлення сприйняття з ціллю забезпечення особистісного комфорту (регулятивна) зумовлюють поведінкові моделі та впливають на формування типу особистості. Методологічну та теоретичну основу дослідження склали головні положення про функціональні особливості несвідомої сфери та взаємозв’язок свідомої та несвідомої сфер психіки (І.Зязюн, С.Максименко, В.Татенко, Д. Узнадзе, З. Фройд, Т. Яценко); про зв’язок між ефективною адаптацією та комунікативними здібностями (Ф.Б.Березін, К.В. Вербова, Ю.Н. Ємельянов, Л.О. Петровська, Є.В. Руденський); про проблеми спілкування в теорії об’єктних відносин (У. Р. Байон, М. Балінт, Д. В. Віннікотт, Отто Ф.Кернберг, М. Кляйн, Р. А.Спітц, В.Р.Д.Фейрнберн); теорія інтерперсонального підходу (Г.С.Салліван). Дослідженням захисних механізмів особистості займалися багато учених: Ф.В. Басін, М.Кляйн, В. Райх, З. Фройд, Г. Фройд, Е. Фромм, Х. Хартманн та ін.

За допомогою захисних механізмів особистість несвідомо оберігає свою психіку від травм, які можуть заподіяти їй реальні життєві ситуації, що загрожують зруйнувати Я-концепцію особистості. Але разом з тим ці механізми заважають людині усвідомлювати свої помилки відносно власних рис характеру і мотивів поведінки, що часто ускладнює ефективне вирішення

особистих проблем. Вони не тільки відображають загальні властивості особистості, але й у велими важливих аспектах визначають її розвиток. В крайніх випадках психологічний захист (ПЗ) має негативний вплив на самоорієнтацію людини, викривляє оцінювання власних вчинків та намірів, що ускладнює взаємовідносини з оточуючими. ПЗ може формувати упередженість в оцінках, ігнорування нового досвіду, нав'язування власної точки зору. Феномен психологічного захисту полягає в перебудові системи установок для запобігання психічної травми, у захисті від неприємних спогадів (вони витісняються у підсвідоме).

В нормальному стані МПЗ підтримують стан внутрішнього психічного гомеостазу особистості, її міжособистісної адаптованості. Підліток постійно знаходиться у стані стресу через активність залоз внутрішньої секреції, спонтанність соматичних, фізіологічних, конституційних змін. Підлітковий розум, за Е.Еріксоном, – це розум мораторію (відстрочення), психологічної стадії між дитинством та дорослістю, між засвоєною мораллю та етикою, яку ще потрібно розвинути. Це ідеологічний розум. Вони знаходяться у пошуках соціальних цінностей, що є основою ідентичності. Поєднання дорослих страхів з дитячою тривогою лишає підлітка розсудливості дорослого, штовхає на нелогічні вчинки, коли небезпека здається або перебільшеною, або, навпаки, заперечується. За Ельконіним провідна діяльність цього віку – інтимно-особистісне спілкування. Ця діяльність є формою відтворення міжособистісних відносин, що є у дорослих. Взаємодія з однолітками стає більш значущою, ніж з дорослими.

Міжособистісна взаємодія має певний характер та забезпечує підлітку зв'язок із групою, в яку він входить. Часто в період адаптації у школярів виникають труднощі при спілкуванні, зумовлені різноманітністю поведінкових форм у міжособистісній взаємодії. Найбільшу увагу привертають деструктивні форми взаємодії, конфліктна взаємодія, взаємодія на основі дружби і любові, альтруїстична поведінка у взаємодії. Дефіцит спілкування або його деструктивні форми можуть викликати внутрішньо-особистісні проблеми.

Психологічний захист – це механізм людської свідомості, що допомагає людині знизити рівень внутрішньої тривоги та має такі компенсаторні характеристики:

1. Неусвідомлене, але сильне бажання знищити переживання, що травмують особистість, з наступною заміною на більш комфортні переживання.
2. Переміщення неприємних переживань зі сфери свідомого до неусвідомленого.

3. Акцент не на логіку, а на емоції. Як наслідок система психологічного захисту є високостійкою до критики ззовні.

Коли з людиною відбувається щось принизливе або ганебне, що-небудь травмуюче, психологічний захист знижує значущість цього травмуючого факту. Наприклад, відчуття приниженості у школяра після отримання негативної оцінки знизиться, якщо “знеціниться” особистість певного викладача. Основна функція, яку виконують механізми психологічного захисту – це подолання внутрішньоособистісних протиріч.

Соціальні відносини мають об’єктивний характер, але для кожної людини вони, відображаючись у її внутрішньому світі, набувають особистісного сенсу, що виявляється в індивідуальних поведінці, почуттях, настроях та ін. До встановлення контактів людину спонукають різні мотиви: утвердити своє “Я”, усвідомити своє місце в системі зв’язків, уникнути невпевненості у собі, знайти позитивну стимуляцію засобами цікавої взаємодії, досягти уваги і похвали від інших, отримати емоційну підтримку, сформувані ставлення до себе, обмінятися вміннями, знаннями, навичками і результатами діяльності, вплинути на іншого. Важливими для особистості є і пошук підтримки, розради, отримання полегшення, задоволення інтересів, і особливо – соціальне порівняння, редукція (відновлення) тривоги, пошук інформації. Близькість інших людей сприяє зниженню тривожності, пом’якшує наслідки фізіологічного, психологічного стресу. Особливо позитивною для індивіда, який переживає стрес та схвильованість, є присутність близьких, знайомих людей. Самотність за важких обставин часто підштовхує до суїциду, що найчастіше трапляється в підлітковому та юнацькому віці. Ті, хто має розвинуті соціальні контакти, користуються адекватною підтримкою свого оточення, краще себе почувають та довше живуть, ніж ті, хто їх позбавлений.

Питаннями формування особистості та спілкування в онтогенезі займалися Л. І. Божович, М. І. Лісіна, А. В. Запорожець, Д.Б.Ельконін. При труднощах в спілкуванні люди скаржаться на те, що в усіх неприємностях винні інші. В багатьох соціально-психологічних дослідженнях встановлено, що існує пряма залежність від внутрішнього локусу контролю та успішністю в спілкуванні, зовнішнім локусом контролю та комунікативними проблемами. Тобто проблеми в спілкуванні ґрунтуються на глибоких внутрішньоособистісних проблемах. Соціально-психологічною детермінантою становлення й розвитку особистості старшокласника в процесі соціалізації є діяльно-опосередкований тип взаємовідносин, який складається в референтно-

значущій групі (або групах). У старшокласників поряд з навчанням провідною діяльністю виступає особлива діяльність зі встановлення інтимно-особистісних стосунків – діяльність спілкування (С.Д. Максименко, М.Ю.Швалб, Т.Д.Щербан).

Згідно Ч.Х.Жулї та його теорії “дзеркального Я”, індивід отримує соціальні якості в комунікаціях, у міжособистісній взаємодії, в процесі взаємодії індивідуальних та групових суб’єктів. Соціалізація – це процес засвоєння ролей та очікуваної поведінки у взаємодії з оточуючими. Цей процес тягне за собою почуття неповноцінності, а, відповідно, використання МПЗ. Дане почуття людини, яка проходить процес соціалізації, проявляється у появі в суспільстві різних субкультур та контркультур [6, с. 9].

У життєдіяльності підлітків важлива роль належить їхньому спілкуванню з ровесниками. Цьому процесу властиві такі тенденції:

а) розширення сфери спілкування. Виявляється воно у збільшенні часу, який учні витрачають на спілкування (три-чотири години в будні, сім-дев’ять годин у вихідні), в суттєвому розширенні його соціального простору (серед найближчих друзів старшокласників – учні інших шкіл, училищ, студенти вищих навчальних закладів), географії, в очікуванні спілкування (в активному пошуку його, постійній готовності до комунікативних контактів);

б) індивідуалізація (вибірковість) спілкування. Свідченням індивідуалізації стосунків є чітке відмежування їх суті від оточення, високі вибірковість у дружбі та рівень вимог до спілкування в парі [6].

У розширенні сфери спілкування реалізується потреба переживати нові враження, набувати новий досвід, відчувати себе у новій ролі, а також потреба у його вибірковості, самовиявленні та розумінні з боку інших. Задоволення цих потреб пов’язане з глибокими особистісними переживаннями школярів. Мотивами неформального спілкування у парі і в групі є пошук найсприятливіших психологічних умов для комунікативної взаємодії, очікування співчуття і співпереживання, потреба у щирості та єдності у поглядах, самовираженні. Однак підліткова комунікативність часто буває егоцентричною, оскільки потреба у самовиявленні, розкритті своїх переживань домінує над інтересом до почуттів і переживань іншого, що зумовлює взаємну напруженість у стосунках, незадоволеність ними. Для старшокласників важливо, щоб інші сприймали їх такими, якими вони себе вважають. Очевидно, сучасні неформальні молодіжні течії є засобом задоволення цієї потреби. З однолітками старшокласники переважно бажають проводити своє дозвілля, їх знайомлять зі своїми думками.

За деякими даними, в свої улюблені заняття учні розказують переважно товаришам і друзям, рідше – батькам і зовсім рідко – вчителям. Встановлено, що погляди класного колективу дуже цінують близько половини школярів-підлітків, а погляди вчителя – лише третина [5].

Підлітковий вік – період маргінальної соціалізації, етап гри за правилами для дитини, коли формується ідентичність, цілісність Я. Міжособистісна взаємодія – це суттєва складова процесу соціалізації, що складається з процесу пристосування суб'єкта до оточуючого середовища та процесу відособлення, тобто становлення індивідуальності. Ефективна соціалізація є певним балансом між цими двома процесами, коли баланс порушений, виникає внутрішньоособистісний конфлікт, а отже включаються МПЗ.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямі. Кінцевою метою психологічного захисту є зниження рівня негативного емоційного напруження у структурі психіки суб'єкта спілкування. Але всі проблеми виникають як наслідок тих засобів, що використовувались для цього. А саме: засоби, що спрямовані на викривлення інформації, з тим, щоб суб'єкт зберіг у себе відчуття послідовності й логічності власної поведінки та позитивної оцінки його оточенням. Загальними наслідками подібного психологічного захисту є упередженість в оцінках, ігнорування нового досвіду, патологічне бажання нав'язати свою точку зору (як зазначає Т.Шибутані). При всіх цих симптомах людина переконана у своїй об'єктивності і неупередженості. Психологічний захист виявляється в тенденції людини зберігати звичну думку про себе, відторгаючи або спотворюючи інформацію, яка розцінюється як несприятлива і руйнуюча первинні уявлення про себе й інших. Цей процес відбувається, як правило, в рамках неусвідомлюваної діяльності психіки за допомогою цілого ряду механізмів психологічних захистів, одні з яких діють на рівні сприйняття (наприклад, витіснення), інші на рівні трансформації (спотворення) інформації (наприклад, раціоналізація). Стійкість, часте використання, ригідність, тісний зв'язок з дезадаптивними стереотипами мислення, переживань і поведінки, включення в систему сил протидії цілям саморозвитку роблять такі захисні механізми шкідливим для розвитку особистості.

Психологічний захист слід розглядати як функцію особистості в цілому, що має складну структурно-функціональну систему. Вона включає в себе такі взаємопов'язані компоненти: конституційні (темперамент, характер), світоглядні (сумніви, недовіра та ін.),

емоційні (страх, антипатія та ін.), вольові (негативізм, принциповість та ін.).

В сучасній науці виокремилися певні напрямки в дослідженні механізмів психологічного захисту:

- в залежності від предмета захисту (що захищається – внутрішньоособистісні мішені, індивідуальний або соціальний суб'єкт)§
- в залежності від характеру загрожуючи[факторів (від чого захищається – фруструючі фактори, міжособистісні маніпуляції, інформаційно-психологічний вплив мас-медіа)§
- в залежності від суб'єкта захисту (хто захищає – внутрішньоособистісні структури – Я-концепція, самооцінка, самосвідомість; особистість; соціальна спільнота)/

Традиційно механізми психологічного захисту визначають як внутрішньоособистісне утворення, форма адаптаційних процесів та реагування особистості на стресові ситуації. В сучасних дослідженнях виділяють захист від зовнішніх впливів та його конкретні прояви – міжособистісний, індивідуальний, груповий і колективний психологічний захист. Отже, актуальність дослідження впливу механізмів психологічного захисту на міжособистісну взаємодію підлітків зумовлена як складністю та неоднозначністю самого феномена МПЗ, з одного боку, та потребами соціальної, вікової та педагогічної психології, з другого.

Список використаних джерел

1. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И.Божович. – М. : Педагогика, 1968. – 464 с.
2. Винославська О. В. Психологія : навчальний посібник / О. В. Винославська. – К. : ІНКЮС, 2005. – Режим доступу : http://ebk.net.ua/Book/psychology/vinoslavska_psihologiya
3. Кон И. С. Социологическая психология / И. С. Кон. – М. : Московский психолого-социальный институт; Воронеж : Издательство НПО МОДЭК, 1999. – 560 с. – (Серия “Психологи отечества”).
4. Кулагина И. Ю. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека : учебное пособие для студентов высших учебных заведений / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. – М. : ТЦ Сфера, 2004. – 464 с.
5. Ложкін Г. В. Конфлікт як форма взаємодії людей / Г. В. Ложкін, С. В. Сьомін, Т. В. Петровська, О. О. Кисельова // Бібліотека “Школи продажу Деревницького”. – Режим доступу : www.dere.com.ua

6. Мудрик А. В. Социализация человека : учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Анатолий Викторович Мудрик. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Издательский центр “Академия”, 2006. – 304 с.
7. Набиуллина Р. Р. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция): учебное пособие / Р. Р. Набиуллина, И. В. Тухтарова. – Казань: Изд-во ИП Тухтаров В. Н., 2003. – 101 с. – Режим доступа : www.koob.ru
8. Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии / Альберт Агабекович Налчаджян. – 2-е изд., перераб. и доп. – М. : Эксмо, 2010. – 368 с. – (Психологическое образование). – библиогр. 362-368.
9. Романова Е. С. Механизмы психологической защиты: генезис. функционирование. Диагностика / Е. С. Романова, Л. Р. Гребенников. – Мытищи : Издательство “Талант”, 1990. – 144 с. : с ил.
10. Ханин Ю. Л. Межличностная и внутригрупповая тревога в условиях значимой совместной деятельности / Ю. Л. Ханин // Вопросы психологии. – 1990. – № 4. – С. 56-64.

In the article are passed in review the peculiarities of the process of socially psychological adaptation, the features of mechanisms of psychological defence and their functions are investigated. Analyzed both foreign and domestic approaches to understanding the nature of psychological defense mechanisms. The specific of influence of MPD is investigated on personality in the process of interpersonal co-operation.

Keywords: mechanisms of psychological defense (MPD), teenager, communication, individualization, socialization, interpersonal communication.

Отримано: 4.09.2011